# الطريق إلى الحياة

أبو الحسن بن محمد الفقيه

مصدر هذه المادة :






## بسم الله الرحمن الرحيم

## مقدمة

الحمد لله وحده، والصلاة والسلام على من لا نبي بعده، وبعد:

فإن الحياة هبة ربانية، وهبها الله سبحانه لخلقه، وجعل من غموضها المطلق سرا ينطوي على بديع عظمته وصنعه.

وهي من حيث جنسها نعمة في حق الإنسان ـــ أي إنسان ـــ لكنها من حيث آثارها ومعانيها يتفاوت مدلولها بين الأحياء... بتفاوت صفاء نفوسهم وحقيقة أفكارهم واختلاف حالاتهم...

فالحياة شرط البقاء لكنها كالإيمان في إمكانية بلوغها درجات الكمال... وقصورها عن ذلك... بحسب الأحوال والأعمال!

فهي تكتسي حلة البهاء... ويغمرها فيض المتعة والهناء.... إذا سقاها الإنسان بما يوجب لها الصفاء والنماء!

وليس هناك ما يوجب لها ذلك غير الفقه بحقيقتها... والسير على المنهج السليم في بلوغ كمالها... فما هو الطريق إلى الحياة؟

## حقيقة الحياة

أخي الكريم: إننا حينما نتكلم عن الحياة... فنحن حينئذ نتكلم عن مطلق كلي.... ذهني الوجود... فلا وجود له في الخارج... كما لا هيئة له ولا شكل.... وإنما هو نعت نميز به الأشياء... فتظل حقيقة ذلك النعت ـــ وهو الحياة ـــ في أذهاننا مرتبطة بالأشياء!

فحياة النبات شيء.... وحياة الحيوان البهيمي شيء آخر.... كما أن حياة الكائنات الغيبية شيء.... وحياة الإنسان شيء آخر! فكلها مخلوقات يطلق عليها نعت الحياة! لكن حياتها... تختلف باختلاف أنواعها وأشكالها وأصنافها!

فإذا أدركت ــ أخي ــ حقيقة اختلاف الحياة بين هذه المخلوقات... رغم اشتراكها جميعا في مطلق الاتصاف بالحياة... فاعلم أن حياة الإنسان كذلك تختلف من إنسان إلى آخر... بحسب العوامل والأحوال. فهي في الذهن ــ أي ذهن ــ حياة!

لكن حقيقتها في الواقع تختلف باختلاف الإنسان الحي .... ليس اختلاف شكله .... وإنما اختلاف روحه ونفسه!

ولذلك كانت الحياة قابلة للاتصاف... بصفات الجمال.... كما أنها قابلة للاتصاف... بصفات القبح... فنسمع عن الحياة السعيدة... كما نسمع عن الحياة البائسة التعيسة...

والإنسان ــ أي إنسان ــ يولد ممتلئا بالحياة... زاخرة نفسه وروحه بجمالها ومتعتها وطيبوبتها.... لأنه يولد مفطورا على جمالها... فالفطرة هي ما تجعل الأطفال الصغار تتفجر منهم إشراقه الحياة مندفقة على براءة وجوههم... تلوح من صفاء نيتهم... وتصرفاتهم... لكن ما يلوث تلك الفطرة ويفسدها... هو ذاته ما يلوث الحياة ويقتلها... فتذبل أوراقها وتتلاشى أجزاؤها... حتى لا يبقى منها إلا اسمها! فترى الإنسان حيا لكنه أشبه ما يكون بالأموات!

ولذلك قال رسول الله ﷺ : «**كل مولود يولد على الفطرة، فأبواه يهودانه، أو ينصرانه، أو يمجسانه**» [رواه البخاري].

وفي كتاب الله جل وعلا وسنة رسول الله ﷺ نصوص كثيرة تدل على هذه المعاني والدلالات، قال تعالى: ﴿**أَوَمَنْ كَانَ مَيْتًا فَأَحْيَيْنَاهُ وَجَعَلْنَا لَهُ نُورًا يَمْشِي بِهِ فِي النَّاسِ كَمَنْ مَثَلُهُ فِي الظُّلُمَاتِ لَيْسَ بِخَارِجٍ مِنْهَا**﴾ [الأنعام: ١٢٢].

ففي هذه الآية ألحق الله جل وعلا وصف الموت بالحي الذي لا نور له من هدي الإسلام!

فهو حي بالاسم... ميت في الحقيقة! وليس له حياة إلا بالنور الذي هو مادة الحياة وسرها... ذلك النور الذي يهدي المسلم إلى ربه ويدله على حقائق الوجود... وحقائق الحياة... فيعيش فقيها بأسرارها... وعوامل طيبوبتها ومتعتها.

ولذلك أيضا ـــ ذم الله جل وعلا حرص اليهود على الحياة الدنيا.... وساقها نكرة لأجل تحقيرها.... فقال سبحانه: ﴿**وَلَتَجِدَنَّهُمْ أَحْرَصَ النَّاسِ عَلَى حَيَاةٍ**﴾ [البقرة: ٩٦]، بينما امتن على الصالحين من عباده بتوفيقهم للحياة الدنيوية الطيبة.... فقال سبحانه: ﴿**مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَى وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهُ حَيَاةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ**﴾ [النحل: ٩٧].

فاليهود والنصارى والمشركون أحياء... لكنهم بسبب ابتعادهم عن دين الله أشبه ما يكونون بالأموات.... وإنما حياقم متعة جافة

عارية عن الهناء والسعادة... فهم يأكلون ويتمتعون كما تتمتع الأنعام!

وأما الصالحون من عباد الله فيتلذذون بالحياة تلذذهم بالطعام الهنيء... لا لأهم يأكلون ويشربون ويتمتعون... وإنما لأهم ساروا على طريق الحياة الطيبة بكل مفرداها!! فما هو الطريق إلى الحياة؟

## الطريق إلى الحياة

وإليك أخي الأعمال التي توجب الحياة وتضعها في القلوب:

*** ملازمة التوبة:**

أخي الكريم: إن مما يعكر صفو الحياة وبهاءها، ويسلب عنها نعمة المتعة والطيبوبة هو الذنوب! فبحسبها يموت في المسلم إشراقه، ويتبلد إحساسه، ويخفت نوره وتتلوث أنفاسه!

فهي ران يكسو القلوب... ويطمس أبصارها... فتفسد وتمرض، وتختلط عليها حقائق الأشياء... لتبدأ رحلة التيه حيث الشقاء!.

قال تعالى: ﴿**كَلَّا بَلْ رَانَ عَلَى قُلُوبِهِمْ مَا كَانُوا يَكْسِبُونَ**﴾.

والقلب هو مركز الإحساس! وبصيرة العقل... ومتى فسد فسد الجسد كله... فعاش صاحبه حياة مظلمة تعيسة! ولذلك قال رسول الله ﷺ : «**ألا وإن في الجسد مضغة إذا صلحت صلح الجسد كله، وإذا فسدت فسد الجسد كله ألا وهي القلب**».

فالقلب هو منبع الحياة... ولا يقتل حياة القلب إلا الذنوب ...

ولا يحييه إلا التوبة النصوح!

ولذلك كانت منزلة التوبة شرطا للحياة الطيبة! كما قال تعالى: ﴿**وَأَنِ اسْتَغْفِرُوا رَبَّكُمْ ثُمَّ تُوبُوا إِلَيْهِ يُمَتِّعْكُمْ مَتَاعًا حَسَنًا إِلَى أَجَلٍ مُسَمًّى وَيُؤْتِ كُلَّ ذِي فَضْلٍ فَضْلَهُ**﴾ [هود: ٣].

فالمتاع الحسن هنا ثواب عاجل في الدنيا للتائبين المستغفرين. وذلك لأن التوبة تمحو ران القلوب وسواده، وتنظفه وتطهره من أوساخ المعاصي وأدرانها وأوحالها، فيصير نظيفا طاهرا من كل ما يحول بينه وبين الحياة.

رأيت الذنوب تميت القلوب
وقد يورث الذل إدمانها
وترك الذنوب حياة القلوب
وخير لنفسك عصيانها

أخي الكريم: ولما كان الإنسان موصوفا بالنقص والضعف، فإنه ولابد معرض للوقوع في الخطايا والسيئات! إذ النقص والجهل في النفس من أهم صفاتها وسماتها.

قال تعالى عن الإنسان: ﴿**إِنَّهُ كَانَ ظَلُومًا جَهُولًا**﴾.

ولما كانت المعاصي تكتم حياة القلب وتقتل إشراقه، فإن ملازمة التوبة والاستغفار هو ما يبقي القلب نظيفا طاهرا كلما أصابته علة الذنوب ولوثت إشراقه وحياته ...

ولهذا أرشد الله جل وعلا عباده المؤمنين إلى ملازمة التوبة

وجعل ذلك غاية فلاحهم فقال: ﴿**وَتُوبُوا إِلَى اللَّهِ جَمِيعًا أَيُّهَا الْمُؤْمِنُونَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ**﴾.

قال ابن تيمية رحمه الله: "فالقلب لا يصلح ولا يفلح ولا يتلذذ ولا يسر ولا يطيب ولا يسكن ولا يطمئن إلا بعبادة ربه وحبه الإنابة إليه، ولو حصل له كل ما يتلذذ به من المخلوقات لم يطمئن، و لم يسكن، إذ فيه فقر ذاتي إلى ربه، ومن حيث هو معبوده ومحبوبه ومطلوبه".

وهذا رسول الله ﷺ وهو أكمل الناس حياة يقول: «**يا أيها الناس توبوا إلى الله، فإني أتوب إلى الله في اليوم مائة مرة**» [رواه مسلم].

ففي تكرار التوبة وملازمتها سر! وهو تطهير القلب من كل ذنب حادث ... ومن المعلوم أن المسلم قد يرتكب ذنوبا هو لا يشعر ... كأن يتسلل إلى قلبه عجب في لحظة مدح ... أو رياء في عبادة ... أو غضبة لغير الله ... أو فلتة في غفلة ... أو نحو ذلك من الذنوب ... ولأنه موصوف بالنقص وغلبة الطباع والنسيان قد لا يستغفر لأنه أصلا لا يعرف أنه أخطأ ... فتظل ذنوبه تنكت آثارها حتى تعكر عليه صفوه وحياته ... ولذلك فإن ملازمة التوبة كل حين كما أوصى بذلك الرسول ﷺ هو ما يجعل المسلم سالما من عواقب الذنوب ومغباتها.

فسر في طريق الله مستمسك العرى<br>
فطوبى لمن لله عاش وأخلصا

وإيــاك أن ترضـــى بصــحبة فـــاجر
تقمصـــه إبلـــيس فـــيمن تقمصـــا
تـــراه غريقـــا في الضـــلال كأنمـــا
تخـــرج تلميـــذا لـــه وتخصصـــا
ومن سار في درب الـردى غالـه الـردى
ومـــن ســـار في درب الخـــلاص تخلصـــا

* **العمل الصالح:**

فالتوبة طهارة من الذنوب التي تعكر صفو الحيـاة، والعمـل الصالح هو ماء الحياة فيها، وهو للقلوب بمثابة الماء للزرع. ولذلك قال تعالى: ﴿**يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَجِيبُوا لِلَّهِ وَلِلرَّسُولِ إِذَا دَعَاكُمْ لِمَا يُحْيِيكُمْ**﴾ [الأنفال: ٢٤]، فجعل سبحانه الاستجابة لله ولرسوله هي الحياة، فلا حياة للمسلم إلا بها. والاستجابة لله ولرسوله هي التقوى والعمل الصالح.

وقال سبحانه: ﴿**مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَى وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهُ حَيَاةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ**﴾ [النحل: ٩٧].

قال العلامة عبد الرحمن بن ناصر السعدي: "فأخبر تعالى ووعد من جمع بين الإيمان والعمل الصالح بالحياة الطيبة في هـذه الـدار، وبالجزاء الحسن في دار القرار. وسبب ذلك واضح: فإن المـؤمنين بالله الإيمان الصحيح المثمر للعمـل الصـالح، المصـلح للقلـوب والأخلاق والدنيا والآخرة، معهم أصول وأسس يتلقون فيها جميع

ما يرد عليهم من أسباب السرور والابتهاج وأسباب القلق والهم والأحزان: يتلقون المحاب والمسار بقبول لها، وشكر عليها، واستعمال لما ينفع، فإذا استعملوها على هذا الوجه، أحدث لهم من الابتهاج بها، والطمع في بقائها وبركتها، ورجاء ثواب الشاكرين: أمورا عظيمة تفوق بخيراتها وبركاتها هذه المسرات التي هذه ثمراتها.

ويتلقون المكاره والمضار والهم والغم بالمقاومة لما يمكنهم مقاومته، وتخفيف ما يمكن تخفيفه، والصبر الجميل لما ليس لهم عنه بد، وبذلك يحصل لهم من آثار المكاره من المقاومات النافعة والتجارب والقوة، ومن الصبر واحتساب الأجر والثواب: أمور عظيمة، تضمحل معها المكاره، وتحصل محلها المسار، والآمال الطيبة، والطمع فيه فضل الله وثوابه. كما عبر النبي ﷺ عن هذا في الحديث الصحيح: أنه قال: «**عجبا لأمر المؤمن، إن أمره كله خير: إن أصابته سراء شكر فكان خيرًا له، وإن أصابته ضراء صبر فكان خيرًا له. وليس ذلك لأحد إلا للمؤمن**» [رواه مسلم].

فأخبر أن المؤمن يتضاعف غنمه وخيره وثمراته وأعماله في كل ما يطرقه من السرور والمكاره" [الوسائل المفيدة للحياة السعيدة ص٥].

أخي الكريم: واعلم أن العمل هو كل قربة يتقرب بها إلى الله سبحانه، وهو يشمل الفرائض والواجبات والأعمال المستحبة، وبحسب حرص المسلم على هذه الأعمال يكون كمال حياته وجمالها.

ولذلك كان أحيا الناس وأسعدهم عيشا هم الصالحون الأتقياء، الذي يؤدون فرائض الله ويسارعون في الخيرات.

ومع العمل الصالح ... لا حدود للحياة ... إذ كلما ارتقى المسلم في التقرب إلى الله وهبت له الزيادة في انشراح الصدر وطمأنينة النفس ورغد الحياة ... حتى يصير المؤمن من أولياء الله الذين لا خوف عليهم ولا هم يحزنون ...

فعن أبي هريرة رضي الله عنه قال: قال رسول الله ﷺ : «**إن الله تعالى قال: من عادى لي وليا فقد آذنته بالحرب، وما تقرب إلي عبدي بشيء أحب إلي مما افترضته عليه، وما يزال عبدي يتقرب إلي بالنوافل حتى أحبه فإذا أحببته كنت سمعه الذي يسمع به، وبصره الذي يبصر به، ويده التي يبطش بها، ورجله التي يمشي بها، وإن سألني لأعطينه، ولئن استعاذني لأعيذنه، وما ترددت في شيء أنا فاعله ترددي عن نفس المؤمن يكره الموت وأنا أكره مساءته**» [رواه البخاري].

والعمل الصالح هو ما يحبه الله ويرضاه من الأقوال والأعمال الظاهرة والباطنة وأهمها:

الصلاة: فهي روح القلوب وطمأنينتها، وقد كان رسول الله ﷺ يشير على بلال بن رباح رضي الله عنه بقوله: «**أرحنا بها يا بلال**».

وللصلاة تأثير عجيب على راحة النفوس وهدوئها، وخشوع الجوارح وسكينتها وانشراح الصدر، وزوال الهم والغم والكدر ...

فهي قوام الدين وعمود الإسلام الذي هو سر الحياة السعيدة!

قال رسول الله ﷺ : «**بني الإسلام على خمس: شهادة أن لا إله إلا الله، وأن محمدا رسول الله، وإقام الصلاة، وإيتاء الزكاة، وحج البيت، وصوم رمضان**» [رواه البخاري ومسلم].

وعن أبي هريرة رضي الله عنه قال: سمعت رسول الله ﷺ يقول: «**أرأيتم لو أن نهرا باب أحدكم يغتسل منه كل يوم خمس مرات هل يبقى من درنه شيء؟ قالوا: لا يبقى من درنه شيء. قال: فذلك مثل الصلوات الخمس يمحو الله بهن الخطايا**» [رواه البخاري ومسلم].

وهل سبب نكد الحياة وضيقها وموت القلوب وقسوتها إلا الخطايا!

ولكم تغمر بركة الحياة نفس مؤمن تطهر فأحسن وضوءه ... ومشى إلى بيت الله في سكينة ووقار ... فأدى فرض الله في خضوع وخشوع ... راغبا في عطائه وفضله ... راهبا من عذابه وسخطه ... وعاد وكأنه ولد من جديد!

"والعبد إذا قام إلى الصلاة غار الشيطان منه، فإنه قام في أعظم مقام، وأقربه وأغيظه للشيطان، وأشده عليه، فهو يحرص ويجتهد كل الاجتهاد أن لا يقيمه فيه، بل لا يزال به يعده ويمنيه وينسيه، ويجلب عليه بخيله ورجله، حتى يهون عليه شأن الصلاة، فيتهاون بها فيتركها.

فإن عجز عن ذلك وعصاه العبد، وقام في ذلك المقام، أقبل

عدو الله تعالى حتى يخطر بينه وبين نفسه، ويحول بينه وبين قلبه، فيذكره في الصلاة ما لم يكن يذكر قبل دخوله فيها، حتى ربما كان قد نسي الشيء والحاجة، وأيس منها، فيذكره إياها في الصلاة، ليشغل قلبه بها، ويأخذه عن الله عز وجل، فيقوم فيها بلا قلب، فلا ينال من إقبال الله ـ تعالى ـ وكرامته وقربه ما يناله المقبل على ربه ـ عز وجل ـ الحاضر بقلبه في صلاته، فينصرف من صلاته مثل ما دخل فيها بخطاياه وذنوبه، وأثقاله لم تخف عنه بالصلاة، فإن الصلاة إنما تكفر سيئات من أدى حقها، وأكمل خضوعها ووقف بين يدي الله تعالى بقلبه وقالبه.

فهذا إذا انصرف منها، وجد خفة من نفسه، وأحس بأثقال قد وضعت عنه، فوجد نشاطا وراحة وروحا حتى يتمنى أنه لم يكن خرج منها، لأنها قرة عينيه، ونعيم روحه، وجنة قلبه، ومستراحه في الدنيا، فلا يزال كأنه في سجن ضيق حتى يدخل فيها، فيستريح بها لا منها، فالمحبوبون يقولون: نصلي فنستريح بصلاتنا، كما قال إمامهم وقدوتهم ونبيهم: «**يا بلال! أرحنا بالصلاة**» [رواه أبو داود]" [الوابل الصيب لابن القيم ص٤٥].

بينما يضيق صدر تارك الصلاة ... وتتنغص حياته ... ويموت زهوه وإشراقه ... وكيف لا! ورسول الله ﷺ يقول: «**إن بين الرجل وبين الشرك والكفر ترك الصلاة**» [رواه مسلم].

أخي الكريم: إن أداءك للصلاة المفروضة من أعظم موارد حياتك وطمأنينتك، ولا تزال حياتك تفيض بالإشراق كلما

ارتقيت في هذه المنزلة العظيمة خشوعا وحرصا وخضوعا، وكلما ارتقيت أيضا فيها بأداء النوافل والرواتب فهي تكمل الفرائض وتجبر نقصها، وفي الوقت نفسه هي من خير الأعمال بعدها ...

قال رسول الله ﷺ : «**استقيموا ولن تحصوا، واعلموا أن خير أعمالكم الصلاة، ولا يحافظ على الوضوء إلا مؤمن**» [رواه ابن ماجة].

وعن جابر رضي الله عنه قال: قال رسول الله ﷺ : «**إذا قضى أحدكم الصلاة في مسجده فليجعل لبيته نصيبًا من صلاته: فإن الله جاعل في بيته من صلاته خيرًا**» [رواه مسلم].

*** ذكر الله تعالى:**

ولقد جعل رسول الله ﷺ منزلة الذكر، منزلة فاصلة بين الأحياء والأموات.

فقال ﷺ : «**مثل الذي يذكر ربه والذي لا يذكر ربه مثل الحي والميت**» [رواه البخاري].

فللذكر هو حياة القلب، وبحسب حياة القلب تطيب الحياة، ولذلك كان ذكر الله جل وعلا خير الأعمال وأزكاها ...

كما قال رسول الله ﷺ : «**ألا أنبئكم بخير أعمالكم، وأزكاها عند مليككم، وأرفعها في درجاتكم، وخير لكم من إنفاق الذهب والورق، وخير لكم من أن تلقوا عدوكم فتضربوا أعناقهم ويضربوا أعناقكم! قالوا: بلى. قال: ذكر الله تعالى**» [رواه

الترمذي].

يقول ابن القيم رحمه الله: "والله سبحانه وتعالى يقرن بين الحياة والنور، كما في قوله تعالى: ﴿**أَوَمَنْ كَانَ مَيْتًا فَأَحْيَيْنَاهُ وَجَعَلْنَا لَهُ نُورًا يَمْشِي بِهِ فِي النَّاسِ كَمَنْ مَثَلُهُ فِي الظُّلُمَاتِ لَيْسَ بِخَارِجٍ مِنْهَا**﴾ [الأنعام: ١٢٢].

وكذلك قوله عز وجل: ﴿**وَكَذَلِكَ أَوْحَيْنَا إِلَيْكَ رُوحًا مِنْ أَمْرِنَا مَا كُنْتَ تَدْرِي مَا الْكِتَابُ وَلَا الْإِيمَانُ وَلَكِنْ جَعَلْنَاهُ نُورًا نَهْدِي بِهِ مَنْ نَشَاءُ مِنْ عِبَادِنَا**﴾ [الشورى: ٥٢].

وقد قيل إن الضمير في "جعلناه": عائد إلى الأمر.

وقيل: إلى الكتاب.

وقيل: إلى الإيمان.

وقيل: إلى الروح.

أي: جعلنا ذلك الروح الذي أوحيناه إليك نورًا، فسماه روحًا، لما جعل به من الحياة، وجعله نورًا، لما يحصل به من الإشراق والإضاءة، وهما متلازمتان، فحيث وجدت هذه الحياة بهذه الروح، وجدت الإضاءة والاستنارة، وحيث وجدت الاستنارة والإضاءة، وجدت الحياة، فمن لم يقبل قلبه هذا الروح، فهو ميت مظلم، كما أن من فارق بدنه روح الحياة، فهو هالك مضمحل.

فلهذا يضرب سبحانه وتعالى المثلين: المائي والناري معا، لما يحصل بالماء من الحياة، وبالنار من الإشراق والنور، كما ضرب

ذلك في أول سورة البقرة في قوله تعالى: ﴿**مَثَلُهُمْ كَمَثَلِ الَّذِي اسْتَوْقَدَ نَارًا فَلَمَّا أَضَاءَتْ مَا حَوْلَهُ ذَهَبَ اللَّهُ بِنُورِهِمْ وَتَرَكَهُمْ فِي ظُلُمَاتٍ لَا يُبْصِرُونَ**﴾ [البقرة: ١٧].

فسبحان من جعل كلامه لأدواء الصور شافيا، وإلى الإيمان وحقائقه مناديا، وإلى الحياة الأبدية والنعيم المقيم داعيا، وإلى طريق الرشاد هاديا.

لقد أسمع منادي الإيمان لو صادف آذانا واعية، وشفت مواعظ القرآن لو وافقت قلوبا خالية، ولكن عصفت على القلوب أهوية الشبهات والشهوات، فأطفأت مصابيحها وتمكنت منها أيدي الغفلة والجهالة، فأغلقت أبواب رشدها، وأضاعت مفاتيحها وران عليها كسبها، فلم ينفع فيها الكلام، وسكرت بشهوات الغي وشهادة الباطل فلم تصغ بعده إلى الملام، ووعظت بمواعظ أنكى فيها من الأسنة والسهام، ولكن ماتت في بحر الجهل والغفلة، وأسر الهوى والشهوة ... وما لجرح بميت إيلام".

ودخل أعرابي على رسول الله ﷺ فقال: "إن شرائع الإسلام قد كثرت علي فأنبئني منها بشيء أتشبه به". قال: «**لا يزال لسانك رطبا من ذكر الله عز وجل**» [رواه ابن ماجة والحاكم].

قال أحد السلف: "مساكين أهل الدنيا خرجوا منها وما ذاقوا أطيب ما فيها. قيل: وما أطيب ما فيها؟

قال: محبة الله تعالى ومعرفته وذكره".

وسئل ابن عباس رضي الله عنهما: أي العمل أفضل؟ قال: ذكر

الله أكبر، وأجل الذكر وأفضله هو القرآن، قال تعالى: ﴿**اللَّهُ نَزَّلَ أَحْسَنَ الْحَدِيثِ كِتَابًا مُتَشَابِهًا مَثَانِيَ تَقْشَعِرُّ مِنْهُ جُلُودُ الَّذِينَ يَخْشَوْنَ رَبَّهُمْ ثُمَّ تَلِينُ جُلُودُهُمْ وَقُلُوبُهُمْ إِلَى ذِكْرِ اللَّهِ ذَلِكَ هُدَى اللَّهِ يَهْدِي بِهِ مَنْ يَشَاءُ وَمَنْ يُضْلِلِ اللَّهُ فَمَا لَهُ مِنْ هَادٍ**﴾ [الزمر: ٢٣].

ولقد بين الله جل وعلا أن تلاوة كتابه شفاء للصدور كما قال سبحانه: ﴿**وَالَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ سَنُدْخِلُهُمْ جَنَّاتٍ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا أَبَدًا لَهُمْ فِيهَا أَزْوَاجٌ مُطَهَّرَةٌ وَنُدْخِلُهُمْ ظِلًّا ظَلِيلًا**﴾ [النساء: ٥٧].

فهو سكينة النفوس، وطمأنينة القلوب، وحياتها وصفاؤها، ولذلك فإن صاحب القرآن المولع بتلاوته وترتيله طيبُ النفس أبدًا ... كما أخبر بذلك رسول الله ﷺ : «**مثل المؤمن الذي يقرأ القرآن مثل الأترجة: ريحها طيب، وطعمها طيب، ومثل المؤمن الذي لا يقرأ القرآن مثل التمرة لا ريح لها وطعمها حلو، ومثل المنافق الذي يقرأ القرآن مثل الريحانة ريحها طيب وطعمها مر، ومثل المنافق الذي لا يقرأ القرآن كمثل الحنظلة لا ريح لها وطعمها مر**» [رواه البخاري ومسلم].

ومن أهم الأذكار التي تحيا بها القلوب، وتبتهج بها النفوس أذكار الصباح والمساء، والأذكار الدافعة للهموم والأحزان، والأذكار المؤقتة كأذكار النوم والخروج والدخول ونحوها، وهي أقل ما ينبغي للمسلم الحفاظ عليه حتى يدوم نشاطه، وانشراح

صدره.

وإذا مرضنا تداوينا بذكركم
ونترك الذكر أحيانا فننتكس

أخي الكريم: فاحرص على هذه الأذكار ... واعلم أنه ما من شيء تصفو به النفوس وتطمئن به القلوب كذكر الله جل وعلا ...

قال تعالى: ﴿**الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ**﴾ [الرعد: ٢٨].

قال السعدي رحمه الله: "ومن أكبر الأسباب لانشراح الصدر وطمأنينته الإكثار من ذكر الله، فإن لذلك تأثيرا عجيبا في انشراح الصدر وطمأنينته وزوال همه وغمه. فلذكر الله أثر عظيم في حصول هذا المطلوب لخاصيته ولا يرجوه العبد من ثوابه وأجره".

*** الخلق الحسن مع الناس:**

الخلق الحسن مع النفس والناس هو من أهم بواعث الحياة في النفوس، ومن أهم عوامل الطمأنينة والسكينة، فصاحب الخلق الحسن يعيش خاليا من العداوات والأحقاد، وعاريا عن الشواغل التي يوجبها سوء الخلق، من الغضب والقطيعة والهجران والشتائم والبغض وما تفرزه هذه الخصال من الأنكاد.

وصاحب الخلق حيٌّ بطيب كلامه وسلامة صدره وعفته وعدله، وعفوه وصفحه، وسخائه وكرمه وحيائه وصدقه، فهو أينما حل مقبول وأينما كان منصور! يحبه الناس ويجلونه، ويقدرونه ويحترمونه!

وهذا كله يولد في نفسه راحة لا يمكنه تحصيلها مهما فعل! إلا بالخلق الحسن وحده!.

ولهذا ورد الحث كثيرا على الخلق الحسن في كتاب الله وسنة رسوله ﷺ ، قال تعالى: ﴿**خُذِ الْعَفْوَ وَأْمُرْ بِالْعُرْفِ وَأَعْرِضْ عَنِ الْجَاهِلِينَ**﴾ [الأعراف: ١٩٩].

قال العلامة السعدي رحمه الله في حسن الخلق: "هو خلق فاضل عظيم أساسه الصبر والحلم، والرغبة في مكارم الأخلاق، وآثاره العفو والصفح عن المسيئين، وإيصال المنافع إلى الخلق أجمعين، فهو احتمال الجنايات والعفو عن الزلات، ومقابلة السيئات بالحسنات، وقد جمع الله ذلك في آية واحدة، وهي قوله: ﴿**خُذِ الْعَفْوَ وَأْمُرْ بِالْعُرْفِ وَأَعْرِضْ عَنِ الْجَاهِلِينَ**﴾ [الأعراف: ١٩٩].

وقال ﷺ : «**إن العبد ليبلغ بحسن خلقه درجة الصائم القائم**» [رواه أبو داود].

ولقد كان رسول الله ﷺ أكمل الناس حياة لما كان عليه من الأخلاق الحميدة الفاضلة، إذ شهد له ربه بذلك فقال: ﴿**وَإِنَّكَ لَعَلى خُلُقٍ عَظِيمٍ**﴾ [القلم: ٤].

ليس الجمال بمئزر
فاعلم إذا رديت بردا
إن الجمال معادن
ومناقب أورثن مجدا

وحسن الخلق كما عرفه ابن تيمية هو: أن تصل من قطعك

بالسلام والإكرام، والدعاء له، والاستغفار، والثناء عليه، والزيـــارة له.

وتعطي من حرمك من التعليم والمنفعة والمال.

وتعفو عمن ظلمك في دم، أو مال، أو عرض.

وبعض هذا واجب، وبعضه مستحب" [الفتاوى ٦٥٨/١٠].

*** القناعة:**

ومما يعكر صفو الحياة، ويهدم صرح صفائها: الحرص المذموم!

ولو تحلى المسلم بالقناعة لبعثت الحياة في نفسه، ولاتعست عليه الدنيا بعد الضيق ولانفرج همه وكشف غمه!

قال ابن الجوزي رحمه الله: "من قنع طاب عيشه، ومن طمـــع طال طيشه".

وهذا رسول الله ﷺ يدل أمته على الحياة في رحاب القناعـــة والغنى فيقول: «**طوبى لمن هدي إلى الإسلام، وكان عيشه كفافا، وقنع**» [رواه الترمذي وقال: حسن صحيح].

ويقول ﷺ أيضا: «**قد أفلح من أسلم ورزق كفافا وقنَّعه الله بما آتاه**» [رواه مسلم].

فالقناعة خلق نفساني يقطع دابر التطلع المذموم، ويحث صاحبه على التحلي بالرضى بما قسمه الله جل وعلا مـــن رزق في الحيـــاة الدنيا دونما انزعاج ولا تسخط على المقدور.

قال ابن مسعود رضي الله عنه: "اليقين ألا ترضي الناس بسخط الله، ولا تحسد أحدا على رزق الله، ولا تلم أحدا على ما لم يؤتك الله، فإن الرزق لا يسوقه حرص حريص، ولا يرده كراهية كاره. فإن الله تبارك وتعالى بقسطه وعلمه وحكمته جعل الروح والفرح في اليقين والرضا. وجعل الهم والحزن في الشك والسخط".

وليست القناعة هي التواكل وقطع أسباب الرزق، وإنما هي بذل الأسباب المشروعة دونما حرص أو تفريط في الواجبات والفرائض، ثم الرضى بما قسمه الله جل وعلا.

فقد قال ﷺ : «**لو أنكم توكلون على الله حق توكله لرزقكم كما يرزق الطير تغدو خماصا وتروح بطانا**».

وفي القناعة مع الإيمان والصحة والعافية، حياة هنيئة طيبة، كما أخبر بذلك رسول الله ﷺ فقال: «**من أصبح معافى في جسده. آمنا في سربه، عنده قوت يومه، فكأنما حيزت له الدنيا**» [رواه البخاري ومسلم].

* **الحفاظ على الصحة:**

أخي الكريم: إن من أهم عوامل الحياة الطيبة الهنية: الصحة والعافية.

ولذلك قال رسول الله ﷺ : «**سلوا الله اليقين والعافية، فما أوتي أحد بعد اليقين خيرًا من العافية**» [رواه أحمد].

قال ابن القيم رحمه الله: "فجمع ﷺ بين عافيتي الدنيا والدين،

ولا يتم صلاح العبد في الدارين إلا باليقين والعافية، فاليقين يـــدفع عنه عقاب الآخرة، والعافية تدفع عنه أمراض الدنيا في قلبه وبدنه".

فاليقين هو ثمرة العقيدة الصحيحة والعمل الصالح، والعافية هي ثمرة الحفاظ على الصحة النفسية والعضوية، وهي أمانة يغبن فيهـــا كثير من الناس ...

كما أخبر بذلك رسول الله ﷺ فقال: «**نعمتان مغبون فيهـــا كثير من الناس: الصحة والفراغ**» [رواه البخاري].

وقال ﷺ : «**أول ما يسأل عنه العبد يوم القيامة من النعيم أن يقال: ألم نُصح لك جسمك؟**» [رواه الحاكم وصـــححه ووافقـــه الذهبي].

قال أحد السلف في قوله تعالى: ﴿**ثُمَّ لَتُسْـــأَلُنَّ يَوْمَئِـــذٍ عَـــنِ النَّعِيمِ**﴾ قال: عن الصحة.

إذا، فالصحة أساس لكمال الحياة ... وباضمحلالها تضـــمحل الحياة ... ومن هنا ينبغي لمن تطلع إلى الحياة الهنية أن ينهج النـــهج السوي في الحفاظ على صحته كما أشار الله جل وعلا إلى ذلـــك بقوله: ﴿**وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا**﴾ [الأعراف: ٣١].

قال ابن القيم رحمه الله: "فأرشدهم إلى إدخال ما يقيم البـــدن من الطعام والشراب عوضا عما تحلل منه: وأن يكون بقدر ما ينتفع به البدن في الكمية والكيفية. فمتى جاوز ذلك كان إسرافا وكلاهما مانع من الصحة جالب للمرض. أعني عدم الأكـــل والشـــرب، أو الإسراف فيهما، فحفظ الصحة كلها في هاتين الكلمتين الإلهيتين...

ولما كانت الصحة والعافية من أجل نعم الله على عبده وأجزل عطاياه وأوفر منحه، بل العافية المطلقة من أجل النعم على الإطلاق، فحقيق بمن رزق حظا من التوفيق مراعاتها وحفظها وحمايتها مما يضادها" [زاد المعاد].

**ومن أهم القواعد للحفاظ على الصحة:**

- الاعتدال في الأكل والشرب، واجتناب الإسراف فيهما فما ملأ ابن آدم وعاء شرا من بطنه.

- الحرص على نظافة الطعام ونضجه.

- الحرص على تنويع الطعام فلا يسرف الإنسان في أكل نوع دون آخر، كاللحم مثلا دون الفواكه أو الخضروات.

- الحرص على الثقافة الصحية، وعلى وجه التحديد فقه سنة رسول الله ﷺ ما ترك خيرا إلا دل أمته عليه، وكان ﷺ أكمل الناس صحة وحياة!

- الحرص على الأكل الطازج، دون المعلبات المصنعة والمحفوظة بالمواد المصنعة فإنها مضرة في الغالب.

- الحرص على نظافة الملبس والمسكن.

- الحرص على الطيب قدر المستطاع فهو دافع للروائح الخبيثة المضرة بالجسد ومنفر للشياطين.

- الحرص على تمرين الجسد بالرياضة والحركة دون تفريط أو وقوع في مخالفات شرعية.

- الحرص على التداوي: فكما أن التوبة هي شفاء الأمـــراض القلبية، فإن التداوي المشروع هو شفاء الأمراض البدنية، وبالشفاء تكتمل طيبوبة الحياة.

